



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA
COORDENAÇÃO DE PESQUISA

PROGRAMA INSTITUCIONAL DE BOLSAS DE INICIAÇÃO
CIENTÍFICA – PIBIC

Letramento em Nutrição de usuários do Sistema Único de Saúde do
Município de São Cristóvão- SE

Novo Título: Letramento em Nutrição com base no Guia Alimentar para
População Brasileira de estudantes de graduação de uma Universidade
Federal do Nordeste Brasileiro

Relatório Final
Período da bolsa: de agosto de 2019 a julho de 2020
Edital nº 02/2019 COPES/POSGRAP/UFS

Este projeto é desenvolvido com bolsa de iniciação científica

PIBIC/CNPq

SUMÁRIO

1. Introdução.....	3
2. Objetivos	5
2.1. Objetivo geral	5
2.2. Objetivos específicos	5
3. Metodologia	6
4. Resultados e discussões.....	8
5. Conclusões	16
6. Perspectivas de futuros trabalhos	17
7. Referências	18
8. Outras atividades	22
9. Justificativa de alteração no plano de trabalho.....	25
APÊNDICES	26

1. Introdução

O conceito de ‘Letramento’ ultrapassa o aprendizado da capacidade de leitura e escrita, sendo concebido como a aquisição de um novo modo de entender e viver em um meio social (Andrade, 2016). Para compreender o significado desse termo e saber como foi introduzido no Brasil, convém resgatar a concepção de Educação em Saúde, preconizada pela Organização Mundial da Saúde:

“... competências cognitivas e sociais que determinam a motivação e a capacidade dos indivíduos para obter acesso, compreender e utilizar a informação em meios que promovem e mantêm uma boa saúde” (WHO, 2011, pg. 10).

É possível perceber que a maioria dos estudos sobre a avaliação do letramento em saúde no Brasil tem enfatizado o nível funcional, na esfera clínica, e os instrumentos de triagem utilizados são originários de outros países, traduzidos para o português, com adaptação do objeto do estudo (Marques e Lemos, 2017).

A referência na Educação em Saúde ao termo letramento/alfabetização nutricional refere-se à temática da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) escolar dentro dos parâmetros curriculares nacionais, ressaltando a relevância da alfabetização em Nutrição como instrumento para alcance de melhorias na saúde. Nessa circunstância, a EAN traz o letramento nutricional como um novo aspecto a ser considerado para avaliação dos hábitos alimentares dos pacientes e a implicação destes no estado de saúde (Sampaio *et al.*, 2013).

Por outro lado, na literatura internacional é possível encontrar o termo letramento nutricional, definido como o grau que o indivíduo pode obter, processar e entender informações e serviços básicos em nutrição para tomarem decisões apropriadas (Silk *et al.*, 2008).

A crescente percepção da importância da ciência da nutrição, atrelada à maior valorização da educação em nutrição, culminaram na elaboração do primeiro Guia Alimentar para População Brasileira, em 2006 (Brasil, 2006) e, posteriormente, do Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas (Brasil, 2012).

Em 2014, o Ministério da Saúde do Brasil, atualizou e publicou a nova versão do Guia Alimentar Para População Brasileira (Brasil, 2014), que pode ser considerado um

instrumento de letramento em nutrição.

Essa publicação está estruturada nos seguintes capítulos: (1) Princípios; (2) A escolha dos alimentos; (3) Dos alimentos à refeição; (4) O ato de comer e a comensalidade; (5) A compreensão e a superação de obstáculos, e traz uma sessão intitulada: “Dez passos para uma alimentação adequada e saudável”. A versão é destinada a indivíduos e famílias, governos e profissionais de saúde. Conta com vocabulário simples e de fácil entendimento para auxiliar a compreensão das recomendações alimentares, visando estimular a promoção da alimentação adequada e saudável e a consequente prevenção de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) (Brasil, 2014; Silva, 2017).

Um importante aspecto da atualização deste documento foi introdução da NOVA classificação dos alimentos (Monteiro *et al.*, 2016; Castro *et al.*, 2010), fundamentada na extensão e no grau de processamento industrial dos alimentos, com as seguintes categorias: *in natura*, minimamente processados, ingredientes culinários, processados e ultraprocessados. Esta classificação visa estimular o senso crítico quanto às alterações negativas da qualidade da alimentação, além de ensinar a escolha de alimentos respeitando as diferenças culturais, e despertar a atenção quanto à origem do alimento (Menegassi *et al.*, 2018a).

Nessa perspectiva, manifesta-se a importância do letramento nutricional e da Educação Alimentar e Nutricional, como estratégias de diálogo entre os profissionais de saúde e a população para promoção de escolhas e hábitos alimentares mais saudáveis. Face o exposto, o presente estudo avaliou o nível de letramento em nutrição dos alunos de graduação de uma Instituição de Ensino Superior do nordeste do Brasil acerca das recomendações contidas no Guia Alimentar para População Brasileira.

2. Objetivos

2.1. Objetivo geral

Investigar o nível de letramento nutricional sobre as orientações contidas no Guia Alimentar para População Brasileira nos estudantes de graduação da Universidade Federal de Sergipe.

2.2. Objetivos específicos

1. Conhecer a compreensão das principais orientações do Guia Alimentar a População Brasileira para uma alimentação saudável;
2. Analisar a compreensão acerca da nova classificação quanto ao grau de processamento dos alimentos;
3. Examinar os fatores que podem constituir em obstáculos para assimilação dos conceitos sobre alimentação saudável;
4. Propor recomendações de intervenções em Educação Alimentar e Nutricional com base nos resultados.

3. Metodologia

Trata-se de estudo transversal exploratório, de natureza quantitativa. A pesquisa foi executada em duas etapas para o melhor cumprimento dos objetivos do estudo e da formação em iniciação científica.

A primeira correspondeu à revisão da literatura, a qual identificou os instrumentos para diagnóstico de letramento em saúde e nutrição já existentes e validados, além de subsidiar a construção do referencial teórico. A revisão foi realizada por meio do mecanismo de busca nas bases de dados científicos nacionais e internacionais: Bireme, PubMed, Scielo, Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (Bireme), utilizando as terminologias dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Foram excluídos os artigos que não responderam ao objetivo primário da pesquisa, e foram priorizadas as publicações dos últimos cinco anos.

Nessa etapa foram encontrados um número limitado de instrumentos desenvolvidos para este fim: *Nutritional Literacy Scale (NLS)* (Diamond, 2004); o *Nutrition Literacy Instrument (NLit)* (Gibbs, 2014); o *Newest Vital Sign (NVS)* (Weiss *et al.*, 2005), este último é um instrumento de diagnóstico de letramento em saúde e foi validado como instrumento que pode ser utilizado também na avaliação de letramento nutricional. A nível nacional encontrou-se uma adaptação transcultural para o Brasil do *Nutrition Literacy Instrument (NLit)*, porém, ainda não validada (Silva, 2017) e o instrumento denominado Letramento Nutricional entre pessoas com Diabetes (LND) (Eleutério *et al.*, 2018).

A partir da análise destes, foi possível verificar que os testes encontrados abordavam conteúdos que requerem alta exigência de conhecimentos específicos sobre saúde, nutrição e/ou alimentação, sendo pouco familiar ao público em geral. Ademais, esse diagnóstico inicial mostrou que os instrumentos encontrados não se relacionavam com a proposta do novo Guia Alimentar para a População Brasileira.

Desse modo, para a segunda fase, foi elaborado um instrumento próprio (Apêndice A), utilizando como referencial teórico o novo Guia Alimentar, publicado pelo Ministério da Saúde, estruturado em quatro blocos: a) Caracterização dos participantes (sexo, idade, curso que realiza na instituição e o respectivo campus); b) Conhecimento dos conceitos sobre alimentação saudável; c) Entendimento das recomendações do Guia Alimentar para

População Brasileira; d) Compreensão acerca da nova classificação (Monteiro *et al.*, 2016) quanto ao grau de processamento dos alimentos. O instrumento de coleta final contemplou um total de 23 itens e, após o pré-teste, identificou-se uma previsão de aproximadamente 10 minutos de participação para cada respondente. O pré-teste identificou pontos que poderiam ser aperfeiçoados, e buscou um vocabulário que fosse compreensível, eliminando eventuais dualidade ou incompreensão.

A segunda fase do estudo se deu por meio da aplicação desse questionário estruturado, com alunos de todos os campi da Universidade Federal de Sergipe (UFS). Foi aplicado segundo as diretrizes exigidas pelo Comitê de Ética e Pesquisa, e não apresentou risco físico à saúde dos participantes envolvidos na pesquisa. Os critérios de inclusão no estudo consistiram em indivíduos com matrícula ativa na UFS e no aceite a participação por meio de assinatura de termo de consentimento livre e esclarecido, disponibilizado *on-line*, em virtude da pandemia de COVID-19.

O questionário foi enviado a todos os discentes da Universidade por meio da mala direta da instituição, em junho de 2020. A amostra foi composta por aqueles alunos que aceitaram colaborar voluntariamente com a pesquisa.

Os dados foram coletados por meio de questionário *Google Forms* (Graham e Borgen, 2018), composto por questões subjetivas e objetivas, e inseridos em planilha *Microsoft office Excel 2010*, para posterior categorização das informações. Após à tabulação, foi realizada a minuciosa leitura dos dados, para eliminar a possibilidade de eventuais falhas nos demais processos da pesquisa.

As questões objetivas foram avaliadas segundo escalas Likert de concordância (Likert, 1932) de cinco pontos, de Discordo completamente até Concordo completamente. A análise estatística foi realizada pelo *Software Statistical Package for the Social Science* (SPSS), versão 22.0 para Windows, com frequências relativas, média e desvio padrão, bem como valores mínimos e máximos, de acordo com as características das variáveis. As respostas das questões subjetivas foram submetidas à análise de conteúdo qualitativa no Software N Vivo (Bardin, 2011).

O estudo foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da instituição, e aprovado sob Parecer nº 3.677.482.

4. Resultados e discussão

A amostra foi composta por 732 participantes, sendo 68,3% mulheres, 31% homens, e 0,7% se identificaram como outros. A média de idade foi de 25,5 anos (DP \pm 8,1), com idade mínima de 18 anos e máxima de 65 anos. A Tabela 1 apresenta as informações de caracterização dos participantes.

Tabela 01. Caracterização dos participantes. Pesquisa Letramento Nutricional – Guia Alimentar, 2020.

Faixa etária	n	%
<24	479	65,4
25-34	152	20,8
35-44	66	9,0
45-59	33	4,5
>60	1	0,1
NR	1	0,1
Campus de origem		
Aracaju	47	6,4
Itabaiana	69	9,4
Lagarto	73	10,0
Laranjeiras	24	3,3
Nossa Senhora da Glória	27	3,7
São Cristóvão	492	67,2
Área de concentração do curso		
Ciências Agrárias Aplicadas	57	7,8
Ciências Biológicas e da Saúde	287	39,2
Ciências Exatas e Tecnologia	137	18,7
Ciências Sociais Aplicadas	83	11,3
Educação e Ciências humanas	168	23,0

Verificou-se que 32,1% cursam alguma formação do tipo licenciatura e 67,9% do tipo bacharelado, sendo 39,2% da área de Ciências Biológicas e da Saúde. A maioria dos participantes serão futuros profissionais da saúde, o que reforça a relevância desta pesquisa. O menor percentual de participação se deu na área de Ciências Agrárias Aplicadas, com 7,8%. Nesse contexto, é interessante ressaltar que esse Guia Alimentar é pioneiro em abordar a produção de alimentos, incentivar o consumo de alimentos *in natura* e de produção local, além de mencionar sistemas alimentares de produção, fazendo uma conexão muito próxima com as Agrárias (Oliveira, e Jaime, 2016).

Considerando o objetivo primário desta investigação, 85,0% dos respondentes

afirmaram que não conhecem o Guia Alimentar para População Brasileira. Esse percentual expressivo chama a atenção considerando que todos os indivíduos se encontram em uma Instituição de Ensino Superior, além do esforço de divulgação por parte do Ministério da Saúde e o material estar disponível em sua Biblioteca Virtual.

Dentre os 15% que afirmaram conhecer, 60,9% alegou acesso proporcionado pela UFS, seja em aulas, disciplinas (obrigatórias ou optativas), e-mails institucionais enviados pela mala direta da UFS, ou, ainda, participando de projetos de extensão. Esse resultado demonstra o quanto a Universidade é um meio para socialização e conscientização de informações importantes. É também um indicador positivo sobre o quanto a UFS alcança os seus discentes disseminando políticas públicas nacionais em notificações eletrônicas.

Compreendendo a importância da NOVA classificação dos alimentos criada em 2010 (Monteiro *et al.*, 2010), o Ministério da Saúde a incluiu na atual versão do Guia Alimentar, um importante instrumento para fomentar hábitos alimentares mais saudáveis.

A análise da compreensão acerca da Nova classificação quanto ao grau de processamento dos alimentos se deu, nessa pesquisa, por critérios diretos na análise textual da conformidade das respostas em relação à definição oficial proposta no Guia Alimentar (Brasil, 2014) e a classificação NOVA (Monteiro *et al.*, 2016), categorizando as respostas em (1) Conforme; (2) Não Conforme; e (3) Não Sei, tanto sobre o conceito quanto sobre exemplos de alimentos (Tabela 02).

É imprescindível destacar que o estudo não tem o objetivo de julgar o letramento em nutrição dos respondentes, buscando correspondência *ipsis litteris* com o conteúdo transcritos nas referências mencionadas. Desta forma, as respostas foram analisadas sobre o entendimento acerca dos questionamentos, visando identificar aqueles que podem influenciar nas escolhas alimentares.

Menegassi e colaboradores (2018) em seu estudo ressalta a importância dessa NOVA classificação dos alimentos, mas sugere que as pessoas não devem escolher seus alimentos apenas com base nesta classificação. A escolha dos alimentos deve ser realizada de forma reflexiva com atenção para lista de ingredientes, informação nutricional, composição, o uso das tecnologias empregadas no processamento dos alimentos e os possíveis efeitos na saúde. Nos resultados de sua pesquisa, verificou um baixo percentual de acertos e dificuldade dos alunos e profissionais nutricionistas em relação a nova classificação.

É possível visualizar que não houve uma variação discrepante entre os resultados quando se compara a assimilação do conceito e dos exemplos das classificações de “in natura/ minimamente processados”.

Tabela 02. Análise da compreensão acerca da NOVA classificação dos alimentos. Pesquisa Letramento Nutricional – Guia Alimentar, 2020.

Classificação NOVA	In natura/ minimamente processados				Processados				Ultraprocessados			
	Conceito		Exemplo		Conceito		Exemplo		Conceito		Exemplo	
	(n)	%	(n)	%	(n)	%	(n)	%	(n)	%	(n)	%
Conforme	591	80,7	602	82,2	470	64,2	291	39,8	467	63,8	454	62,0
Não conforme	99	13,5	81	11,1	235	32,1	415	56,7	117	16,0	131	17,9
Não sei	42	5,7	49	6,7	27	3,7	26	3,6	148	20,3	17	20,1
Total	732	100,0	732	100,0	732	100,0	732	100,0	732	100,0	732	100,0

É pertinente ressaltar que, mesmo 85% da amostra alegando que nunca teve contato com o Guia, 80,7% conseguiu demonstrar compreensão sobre alimento “in natura” ou minimamente processado, o que é bastante positivo, tendo em vista que estes são os alimentos que devem compor a base de uma alimentação saudável (Oliveira, e Jaime, 2016).

Ainda que o presente estudo não tenha caráter qualitativo, foi inevitável não registrar algumas respostas. Um dos entrevistados respondeu sobre alimentos “in natura” e minimamente processados: “Não tenho escolha para *mim* alimentar, as condições não permite”. Nesta resposta, pode-se observar um dos fatores que mais obstaculizam a adesão à alimentação adequada, o custo (Martinelli e Cavalli, 2019). Revela, ainda, a situação de vulnerabilidade que alguns dos alunos enfrentam e a clara violação ao Direito Humano à Alimentação Adequada, consagrado na Constituição como um direito fundamental (Senado Federal, 1988).

Outras respostas reflexivas surgiram, entre elas algumas demonstram dificuldade dos alunos em definir os termos explorados, no entanto, conseguem associá-los a exemplos da sua rotina e expressam hábitos alimentares da cultura alimentar sergipana: “(...) minimamente processados: jaca descascada, vendida em embalagem de isopor com plástico filme”. São associações ricas e que confirmam o quanto da cultura está presente nos hábitos alimentares.

Foi recorrente a associação de alimentos “*in natura*” ou minimamente processados a alimentos orgânicos, alimentos sem agrotóxicos ou sem conservantes. Apesar do conceito não ser exatamente este, considera-se uma associação válida, e que reconhecem estas formas de produção de alimentos como um meio mais saudável e sustentável. Outra resposta comum foi “alimentos mais saudáveis, sem alterações”.

Sobre a compreensão do conceito de alimentos processados e o exemplo correspondente, 64,2% souberam conceituar, porém, apenas 39,8% conseguiram dar um exemplo em conformidade, apresentando uma não correspondência entre a assimilação da definição e um exemplo. Observou-se que os participantes não compreendem as preparações culinárias como alimentos processados. A maioria dos exemplos fornecidos foram de alimentos ultraprocessados, como embutidos, alimentos com adição de substâncias químicas que pretendem diminuir o custo da produção e aumentar o tempo de prateleira do produto.

Ainda sobre a classificação, 36,3% dos questionados não conhece ou não sabe definir o que são alimentos ultraprocessados. Quando solicitado um exemplo desta mesma categoria 38% não souberam responder. Mesmo assim, 62,0% conseguiu citar pelo menos um exemplo correto de produto alimentício ultraprocessado.

Convém transcrever uma resposta quanto ao questionamento sobre o termo “ultraprocessado”: “Não sei no momento a diferença. Nem sabia que havia esse termo, mas provavelmente são piores que os processados. Vou pesquisar”. Foram comuns respostas neste sentido: “achei que existia só até processado”; “deve ser um alimento muito industrializado”. Ou seja, para alguns participantes, o termo “ultraprocessado” é desconhecido, e a classificação do grau de processamento dos alimentos se estende até a terminologia: “processados”.

Quanto aos exemplos citados, é possível perceber a dificuldade dos participantes em entender que processos como moagem, torra, secagem, separação, entre outros, não tornam o alimento processado ou ultraprocessado, pois são técnicas típicas da produção de alimentos minimamente processados, e não contam com acréscimo de outras substâncias. A mesma dificuldade foi identificada no estudo realizado por Menegassi *et al.* (2018a).

Foram utilizadas escalas Likerts de concordância de 5 pontos, visando conhecer a compreensão sobre as principais orientações do Guia para manutenção de uma alimentação saudável. Um total de 74,9% respondeu que concorda totalmente que “Comprar alimentos

optando por alimentos "*in natura*" ou minimamente processados favorece uma alimentação saudável”.

Apesar de um percentual expressivo não conhecer o Guia, 83,6% concordam totalmente que “Evitar no seu dia a dia o consumo de alimentos ultraprocessados pode favorecer uma alimentação saudável”. O que denota que mesmo desconhecendo o conceito dos termos da NOVA classificação (Monteiro *et al.*, 2016), entendem que o consumo de ultraprocessados é prejudicial à saúde.

Já quando questionados quanto à orientação “Realizar as compras de alimentos em locais que tenham maior variedade de *in natura*, como as feiras livres, melhora a alimentação” o percentual de concordância plena começou a diminuir: 64,2% concordam totalmente e 29,8% concordam parcialmente.

Apesar de reconhecerem de alguma forma que evitar o consumo de alimentos ultraprocessados contribui para uma alimentação saudável, os entrevistados não apresentam convicção que o ato de comprar alimentos local onde se encontra a maior variedade de alimentos *in natura*, possa favorecer a alimentação saudável, o que apresenta uma certa incoerência e dificuldade de associar que as duas recomendações estão intrinsecamente ligadas.

Sobre “Comer em lugares tranquilos e limpos contribui para uma alimentação mais saudável”, 68,3% concordam totalmente e 22,3% concordam parcialmente. Sobre este aspecto, o Guia destaca a importância de ambientes com tais características indicando que a concentração e a atenção no ato de comer evitam a ingestão excessiva (Brasil, 2014).

Quanto à “Realizar as refeições na companhia de outras pessoas, contribui para uma alimentação mais saudável”, apenas 22,1% concordam totalmente. O percentual daqueles que não concordam, nem discordam com a proposição foi de 31,3%, provavelmente pelo desconhecimento que o ato de comer em companhia favorece o comer com regularidade e atenção, fatores importantes para evitar o consumo exagerado durante as refeições.

O resultado sobre “Realizar as refeições sem distrações, como por exemplo, televisão, celulares, ou outros aparelhos eletrônicos, contribui para uma alimentação mais saudável” apontou que 50,4% concordam totalmente e 25,3% afirmaram que não concordam, nem discordam. Esta recomendação visa conscientizar a importância de realizar as refeições em lugares que não tenham estímulos excessivos, que provoquem distrações e possam favorecer

o comer demasiado.

As duas questões anteriores, exploram sobretudo, o conceito de comensalidade, um processo que não se limita apenas a ingestão de alimentos, mas que engloba hábitos culturais, atos simbólicos, organização social, ou seja, um dos aspectos mais significativos no que se refere ao ato de comer (Lima, *et al.*, 2015).

Os participantes foram questionados sobre a frequência com que costumam ir à cozinha preparar suas refeições. Um percentual de 54,6% afirmou que preparam a comida 6 ou 7 vezes por semana e 19% afirmaram duas, uma ou nenhuma vez na semana. Há um capítulo dedicado a elencar os possíveis obstáculos à compreensão e adesão das suas recomendações. Entre estes está o enfraquecimento do hábito de cozinhar, o que desencadeia um processo de perda das habilidades culinárias e torna os alimentos *in natura* ou minimamente processados menos atrativos. Por outro lado, as refeições ultraprocessadas se tornam cada vez mais uma alternativa irresistível (Louzada *et al.*, 2015).

Neste sentido, o Guia traz “A regra de ouro” orientando a população a optar por preparações culinárias, e evitem consumir produtos alimentícios ultraprocessados, dada a sua praticidade. Ainda neste aspecto, o Guia propõe o desenvolvimento e compartilhamento de habilidades culinárias como uma forma de superar um dos obstáculos para adesão de práticas que favorecem a melhor escolha dos alimentos (Brasil, 2014).

A realidade da vida contemporânea é marcada por uma constante falta de tempo devido ao excesso de demandas, por esse motivo as pessoas tendem a negligenciar os horários das refeições, e é cada vez mais comum práticas como comer em pé ou andando, comer dentro de carros ou de transportes públicos, enquanto trabalha, enquanto usa o celular ou assiste à televisão. E por isso acabam comendo rápido, sem atenção, e em quantidade excessiva.

O estudo realizado por Menegassi e colaboradores (2018) destaca que o conhecimento prévio dos participantes é uma variável que se deve considerar, mas que não se deve ignorar que os alunos passam constantemente por processos de aprendizagem significativa, aprendendo novas informações, e relacionando-as em qualquer campo do conhecimento de maneira não literal.

Não obstante, algumas das respostas como “Não sei no momento a diferença. Nem sabia que havia esse termo, mas provavelmente são piores que os processados. Vou

pesquisar”, mostra que o estudo pode ter estimulado curiosidade sobre o tema abordado.

Outro ponto semelhante entre os dois estudos, ainda nesta etapa dos exemplos, os participantes entendem o leite pasteurizado e o ultrapasteurizado, como pertencentes ao grupo dos processados ou ultraprocessados. No entanto, de acordo com a NOVA classificação, são caracterizados como minimamente processados, por passarem por processos que mantêm as propriedades originais deste alimento.

Sobre esta tem ética, destacam-se dois estudos desenvolvidos pelo Grupo de Pesquisa Nutrição e Doenças Crônico-Degenerativas (GRUPESQNUT-DC) da Universidade Estadual do Ceará (UECE), onde o primeiro encontrou baixo letramento nutricional e em saúde entre usuários do SUS, e o segundo, propôs capacitar as equipes de saúde para desenvolvimento de ações educativas com base no conceito de letramento, utilizando como referenciais teóricos e materiais desenvolvidos pelo Ministério da Saúde (Zanella *et al.*, 2015).

Estes dois estudos demonstram a necessidade de trabalhar esta temática já na graduação, para que os futuros profissionais da saúde já iniciem o exercício de sua atuação capacitados com apropriação desses conceitos. Já os profissionais que não são da área da saúde utilizarão o conteúdo no dia a dia, melhorando seus hábitos alimentares, além do potencial de compartilhamento com as pessoas do seu convívio.

Henriques (2019) resgata alguns estudos que verificam intervenções que tem por objetivo melhorar o nível de letramento em nutrição, confirmando que geram resultados positivos em relação à melhor qualidade da alimentação. O autor tece considerações sobre a relevância do aumento do nível de letramento da população como propulsor da formação de uma posição crítica em relação às escolhas dos alimentos, além de conferir mais confiança ao indivíduo em relação aos seus comportamentos e hábitos alimentares.

As alterações no perfil epidemiológico nutricional do brasileiro ao longo das últimas décadas revelaram à saúde pública que a qualidade da alimentação não está ligada apenas à renda, e que um dos fatores que podem influenciar nas escolhas alimentares é o acesso às políticas públicas voltadas para a promoção da alimentação adequada, de caráter educativo, visando a mudança de hábitos e de comportamentos alimentares (Cervato-Mancuso, Vincha e Santiago, 2016).

Diante do perfil citado acima panorama, fica evidenciado a necessidade de um instrumento que avalie o letramento nutricional como uma ferramenta viável aos

profissionais de saúde no atendimento, em específico, ao nutricionista (Zanela *et al.*, 2016), para auxiliar na identificação das principais dificuldades do paciente quanto à compreensão e implementação das intervenções e orientações propostas para melhorar sua qualidade de vida através de uma alimentação adequada (Henriques, 2019).

Nilson e colaboradores (2020) apresentam uma interessante discussão em torno dos impactos econômicos das doenças crônicas nos sistemas de saúde e em particular no Sistema Único de Saúde (SUS) brasileiro, comprovando por meio de análises epidemiológicas e econômicas, a urgência em implementar ações que integrem a EAN como um instrumento de contribuir na construção hábitos mais saudáveis. Elevar o nível de letramento em nutrição proporciona empoderamento da informação. Uma população que realiza escolhas alimentares mais conscientes e saudáveis, adoece menos e produz um impacto econômico menor no sistema de saúde.

Assim como os demais estudos supramencionados, este também identifica a necessidade de elaborar ferramentas e alternativas que consigam elevar o letramento em nutrição e o conhecimento acerca do Guia Alimentar. Dada a relevância da nutrição adequada para garantir maior saúde a população e os estudos encontrados sobre letramento em nutrição, é essencial que sejam realizadas investigações mais profundas a respeito do tema.

Diante dos resultados encontrados, como proposta de intervenção, será enviado e-mail para todos os respondentes, um resumo com os principais resultados, acompanhados do arquivo do Guia Alimentar em PDF, além de cartões virtuais com “Dez passos para uma alimentação adequada e saudável” (Apêndice B) e explicações sobre a NOVA classificação dos alimentos. No retorno das aulas, o Laboratório de Educação Alimentar e Nutricional (LEAN), do Departamento de Nutrição de São Cristóvão, irá propor ações presenciais com os alunos, abordando esta temática com o intuito de elevar o nível de letramento em nutrição deste público.

5. Conclusão

A pesquisa mostrou que o principal documento do Ministério da Saúde que norteia a alimentação saudável ainda não é conhecido pela maioria dos estudantes da UFS, além da fragilidade na apropriação de conceitos para que os indivíduos construam uma rotina alimentar adequada e que não acarrete prejuízos futuros à saúde. A promoção da saúde da população, desde de idades mais jovens, previne maiores custos ao SUS, com tratamento, e ao sistema de proteção social, por problemas de invalidez, como ocorre com o avanço da maioria das DCNT. Os resultados demonstram a necessidade de criar ações que busquem melhorar o acesso dos alunos a este tipo de informação.

E em se tratando de letramento em saúde e suas áreas derivadas, neste caso em particular a nutrição, merece destaque seu caráter inovador, por ser um estudo pioneiro ao investigar o nível de letramento em nutrição relativo às recomendações do Guia Alimentar nesta instituição.

O Brasil conta com o Guia Alimentar, uma publicação dirigida a toda população, que imprime a importância da alimentação adequada para a manutenção da saúde. Contudo, não foram encontrados estudos sobre letramento com base no Guia Alimentar durante o desenvolvimento desta pesquisa. Os estudos existentes registram em seus resultados uma compreensão insuficiente de informações nutricionais com públicos variados (usuários do SUS, diferentes fases do curso da vida, portadores de patologias específicas e atletas), no entanto, referentes a conteúdos muito específicos e técnicos. O Guia trabalha com informações acessíveis e aplicáveis no dia a dia.

Deste modo, é imprescindível, a implementação de ações que priorizem medidas preventivas, como ampliação do alcance do Guia Alimentar e consequente fortalecimento das orientações preconizadas neste material.

6. Perspectivas de futuros trabalhos

Os resultados alcançados por essa pesquisa científica servirão como suporte para delinear novas estratégias de Educação Alimentar Nutricional, na Universidade Federal de Sergipe (UFS), de acordo com as recomendações do Guia Alimentar para População Brasileira, instrumento oficial recomendado nacionalmente pelo Ministério da Saúde. Tais recomendações servirão de subsídio para as intervenções do Laboratório de Educação Alimentar e Nutricional (LEAN), em funcionamento no Departamento de Nutrição, do Campus São Cristóvão.

Ademais, esta pesquisa examinará posteriormente os fatores que constituem em obstáculos para assimilação dos conceitos sobre alimentação saudável. Desse modo, poderá contribuir com a elaboração futura de instrumentos específicos de letramento em nutrição que possam propor estratégias para possíveis problemas de saúde decorrentes de uma alimentação inadequada. Desta forma, irá cooperar com o delineamento de intervenções mais efetivas e com maior capacidade de corroborar com a mudança de comportamentos relacionados à escolha dos alimentos e, conseqüentemente, melhorar a qualidade de vida da comunidade acadêmica.

Por conseguinte, instrumentos e ações que busquem elevar o nível de letramento em nutrição dos alunos, contribuí pra estimular a formação da consciência crítica, e geram o efeito da capilaridade da informação, considerando que podem compartilhar este conhecimento com seus familiares, amigos, e na atuação de suas futuras profissões.

Igualmente, pretende-se realizar essa pesquisa com os alunos do Colégio de Aplicação, afim de investigar a compreensão e o conhecimento deste outro grupo possui em relação ao letramento nutricional e o Guia Alimentar. Os novos resultados poderão auxiliar na elaboração de ferramentas para melhorar a realidade encontrada.

Referências

ANDRADE, M. E. B. DE. Alfabetização e letramento de pessoas jovens, adultas e idosas: desafios para a plena inserção nas práticas sociais de leitura e escrita. **Revista Brasileira de Educação de Jovens e Adultos**, 2016.

BARDIN, L. **Análise do Conteúdo** (L. de A. Rego & A. Pinheiro, Trads.). Edições 70 ed. Lisboa: [s.n.].

BIZZO, M. L. G.; LEDER, L. Educação nutricional nos parâmetros curriculares nacionais para o ensino fundamental. **Revista de Nutrição**, 2005.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia Alimentar para a População Brasileira** **Guia Alimentar para a População Brasileira**. [s.l: s.n.].

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA.; SAÚDE., B. E. DO M. DA. **Organização Mundial de Saúde declara pandemia do novo Coronavírus**. Disponível em: <<https://www.unasus.gov.br/noticia/organizacao-mundial-de-saude-declara-pandemia-de-coronavirus>>.

BRASIL. MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO SOCIAL E COMBATE À FOME. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas**. Brasília, DF: [s.n.].

CASTRO, I. R. R. DE; CANNON, G.; MONTEIRO, C. A.; CLARO, R. M.; LEVY, R. B. A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. **Cadernos de Saúde Pública**, 2010.

CERVATO-MANCUSO, A. M.; VINCHA, K. R. R.; SANTIAGO, D. A. Educação Alimentar e Nutricional como prática de intervenção: Reflexão e possibilidades de fortalecimento. **Physis**, 2016.

DIAMOND, J. J. Nutritional Literacy Scale. **Nutrition Journal**, 2004.

ELEUTÉRIO, T. P.; PEREIRA, É. J.; FARIAS, P. K. S.; HOTT, K. P. S.; PAULA, F. M.

- T. DE; MARTINS, A. M. E. DE B. L. Elaboração e verificação da validade e confiabilidade de um instrumento de letramento em nutrição entre pessoas com diabetes. **Cadernos Saúde Coletiva**, v. 26, n. 3, p. 298–307, 4 out. 2018.
- GIBBS, H. D. Nutrition literacy: Foundations and development of an instrument for assessment. **Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering**, 2014.
- GRAHAM, M. J.; BORGEN, J. Google Forms. *In: GOOGLE (Ed.). . Google Tools Meets Middle School*. [s.l: s.n.]. .
- HENRIQUES, E. M. V. Letramento Nutricional: Uma introdução ao campo. *In: EDIÇÕES UVA*, 2019 (Ed.). . **Reflexões em Nutrição e Saúde**. Sobral: [s.n.]. p. 195–205.
- LEITÃO, I.M.T. DE A.; FLORÊNCIO, R.S.; JORGE, M.S. B.; SILVA, M. G. C. DA. **Inovações Transdisciplinares na saúde coletiva: Estratégias para o alcance de resultados positivos na saúde**. Fortaleza-CE: EdUECE, 2015.
- LIKERT, R. **Technique for The Measurement of Attitudes***Archives of Psychology*, 1932.
- LIMA, R. S.; AMBRÓSIO, F. N. J.; CÁSSIA, P. F. R. Alimentação, Comida E Cultura: O Exercício Da Comensalidade. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 10, n. 3, p. 507–522, 2015.
- LOUZADA, M. L. DA C.; MARTINS, A. P. B.; CANELLA, D. S.; BARALDI, L. G.; LEVY, R. B.; CLARO, R. M.; MOUBARAC, J. C.; CANNON, G.; MONTEIRO, C. A. Ultra-processed foods and the nutritional dietary profile in Brazil. **Revista de Saude Publica**, v. 49, p. 1–11, 2015.
- MARQUES, S. R. L.; LEMOS, S. M. A. Instrumentos de avaliação do letramento em saúde: revisão de literatura. **Audiology - Communication Research**, v. 22, 2017.
- MARTINELLI, S. S.; CAVALLI, S. B. Healthy and sustainable diet: A narrative review of the challenges and perspectives. **Ciencia e Saude Coletiva**, v. 24, n. 11, p. 4251–4262, 2019.

MENEGASSI, B.; ALMEIDA, J. B. DE; OLIMPIO, M. Y. M.; BRUNHARO, M. S. M.; LANGA, F. R. A nova classificação de alimentos: teoria, prática e dificuldades. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2018a.

____. A nova classificação de alimentos: teoria, prática e dificuldades. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 12, p. 4165–4176, dez. 2018b.

MONTEIRO, C. A.; CANNON, G.; LEVY, R.; MOUBARAC, J.-C.; JAIME, P.; MARTINS, A. P.; CANELLA, D.; LOUZADA, M.; PARRA, D. NOVA. A estrela brilha (Classificação dos alimentos. Saúde Pública). **World Nutrition**, 2016.

MONTEIRO, C. A.; LEVY, R. B.; CLARO, R. M.; CASTRO, I. R. R. DE; CANNON, G. A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 26, n. 11, p. 2039–2049, nov. 2010.

MORAIS, J.B., BRILHANTE, A. P. C. R., SANTOS, A. A. G.. LEITÃO, I.; A., M. T. (ORGS). **Produção do conhecimento em saúde coletiva um panorama resultante do programa de pós-graduação em saúde coletiva**. Fortaleza-CE: [s.n.].

NILSON, E. A. F.; ANDRADE, R. DA C. S.; BRITO, D. A. DE; MICHELE LESSA DE, O. Custos atribuíveis a obesidade, hipertensão e diabetes no Sistema Único de Saúde, Brasil, 2018. **Revista Panamericana de Salud Pública**, v. 44, n. April, p. 1, 2020.

OLIVEIRA, N. R. F. DE; JAIME, P. C. O encontro entre o desenvolvimento rural sustentável e a promoção da saúde no Guia Alimentar para a População Brasileira. **Saude e Sociedade**, v. 25, n. 4, p. 1108–1121, 2016.

SENADO FEDERAL. Constituição da República Federativa do Brasil. **Texto constitucional originalmente publicado no Diário Oficial da União de 5 de outubro de 1988.**, 1988.

SILK, K. J.; SHERRY, J.; WINN, B.; KEESECKER, N.; HORODYNSKI, M. A.; SAYIR, A. Increasing Nutrition Literacy: Testing the Effectiveness of Print, Web site, and Game Modalities. **Journal of Nutrition Education and Behavior**, 2008.

SILVA, L. B. DA. **Instrumento de avaliação do letramento em nutrição para a**

população brasileira: adaptação transcultural, 2017. Disponível em:

<<https://repositorio.ufjf.br/jspui/handle/ufjf/5713>>

WEISS, B. D.; MAYS, M. Z.; MARTZ, W.; CASTRO, K. M.; DEWALT, D. A.; PIGNONE, M. P.; MOCKBEE, J.; HALE, F. A. Quick assessment of literacy in primary care: The newest vital sign. **Annals of Family Medicine**, 2005.

WHO (WORLD HEALTH ORGANISATION). Global Recommendations on Physical Activity for Health: 65 years and above. **Geneva: World Health Organization**, 2011.

Outras atividades

- Atendimento às demandas do Laboratório de Educação Alimentar e Nutricional (LEAN/DNUT/UFS):

No dia 09 de outubro de 2019, participei junto ao LEAN da I Feira das Profissões e II Semana do Empreendedorismo em São Cristóvão. O evento promovido pela Secretaria de Assistência Social e do Trabalho da Prefeitura de São Cristóvão reuniu estudantes e professores da Universidade Federal e do Instituto Federal de Sergipe, (IFS) e de outras instituições de ensino, assim como moradores e trabalhadores da cidade. A ação do LEAN foi pautada na apresentação da Nova Proposta de Rotulagem Nutricional do Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (Idec) e da Aliança pela Alimentação Adequada e Saudável (Apêndice C);

Ação pelo Dia Mundial da Alimentação (16 de outubro de 2020) organizada pela Secretaria de Estado da Inclusão, Assistência Social e do Trabalho (SEIT) do Governo de Sergipe. A programação foi proposta pelo Departamento de Segurança Alimentar e Nutricional (DSAN), da SEIT, e direcionada à população e aos próprios trabalhadores da Secretaria. A ação promovida pelo laboratório nesse dia também discutiu a importância da rotulagem nutricional, comparando a rotulagem atual e a Nova Proposta do Idec, apontando os pontos positivos e negativos (Apêndice D);

À convite do Observatório de Segurança Alimentar e Nutricional de Sergipe (OSANES), a equipe do LEAN participou da programação da Tenda Maria Emília na Roda de Conversa “Experiências Sergipana em Educação Alimentar e Nutricional”, discutindo sobre as experiências, as perspectivas e os obstáculos da EAN no contexto contemporâneo sergipano. O debate ocorreu no Congresso Brasileiro de Agroecologia (CBA), evento abrigado pela Universidade Federal de Sergipe abrigou no Campus de São Cristóvão (Apêndice E);

A ação com os trabalhadores terceirizados da UFS foi realizada no dia 9 de novembro de 2019, e contou com a presença de cerca de 35 trabalhadores, sendo mediada pela nutricionista e mestrande do Departamento de Nutrição Rita Lisboa juntamente às discentes envolvidas

nesse projeto. Foi apresentado de forma breve, o Guia Alimentar para a População Brasileira ao grupo, assim como a classificação de alimentos abordada no material (Apêndice F);

Colaboração no outro plano de trabalho na criação de *Podcast*, que foi nomeado como “Grão a Grão - *Podcast* sobre alimentação e nutrição”, um dos produtos referentes a outro projeto do LEAN.

- Outras atividades:

Apresentação de trabalho intitulado - "Feira Agroecológica na Universidade Federal de Sergipe: semeando saúde e segurança alimentar e nutricional"; no XI Congresso Brasileiro de Agroecologia realizado no período de 04 a 07 de novembro de 2019 em Aracaju, Sergipe;

- Formação Complementar:

Participação na atividade de Extensão “Política Nacional de Promoção da Saúde: Desafios a Consolidação”, com carga horária de 3 horas, coordenada pela Professora Renata Lopes de Siqueira, promovida pelo Departamento de Nutrição. A atividade foi realizada no dia 23 de agosto de 2019.

Participação da Atividade de Extensão “VI SEMAC - 29º EIC/COPES - Redação Científica T3”, com carga horária de 4 horas, coordenada pela Professora Raquel Simões Mendes Netto. A atividade foi realizada no dia 5 de novembro de 2019.

Participação na da Atividade de Extensão Ciclo de Debates Virtuais: Reconectando o DNUT/UFS, com carga horária de 2 horas, coordenada pela Professora Kiriaque Barra Ferreira Barbosa, promovida pelo Departamento de Nutrição. A atividade foi realizada no dia 22 de maio de 2020.

Participação no curso “Mendeley para a Fiocruz”, com carga horária de 1 hora, ministrado por Aline Cristina Bastos da Silva - *Training Analyst Elsevier*. A atividade foi realizada no dia 08 de junho de 2020.

Participação na Atividade de Extensão Desafios do Nutricionista no Esporte de Alto Rendimento, com carga horária de 3 hora(s), coordenada pela Professora Renata Rebello Mendes, promovida pelo Departamento de Nutrição. A atividade foi realizada no período de 1 de junho de 2020 a 13 de junho de 2020.

Participação na Atividade de Extensão “Atuação do Nutricionista em Alimentação Coletiva em Tempos De Covid-19: Desafios da UAN Hospitalar”, com carga horária de 2 horas, coordenada pela Professora Izabela Maria Montezano de Carvalho, promovida pelo Departamento de Nutrição. A atividade foi realizada no período de 9 de junho de 2020 a 30 de junho de 2020.

Participação na Atividade de Extensão “Alimentação Saudável em Tempos De Covid-19: Preparações Culinárias e Cuidados na Aquisição de Alimentos”, com carga horária de 3 horas, coordenada pela Professora Izabela Maria Montezano de Carvalho, promovida pelo Departamento de Nutrição. A atividade foi realizada no período de 9 de junho de 2020 a 30 de junho de 2020.

Justificativa de alteração no plano de trabalho

As atividades de coleta de dados da segunda etapa da pesquisa foram interrompidas em razão da pandemia. Como exposto no relatório parcial, o Plano de Trabalho e o cronograma desta pesquisa até aquele momento, estavam sendo cumpridos conforme o proposto.

No entanto, após o pré-teste e quando seguiríamos para etapa seguinte com a coleta de dados *in loco*, fomos surpreendidos, assim como toda a comunidade, pela declaração de que estamos passando por uma pandemia (Brasil, 2020). Esse anúncio acarretou no redirecionamento desta investigação, uma vez que, seria aplicada junto aos usuários do SUS na Unidade de Saúde Massoud Jalali, na cidade de São Cristóvão. Em atenção às normas da OMS, e prezando pela integridade da saúde de todos os envolvidos, buscou-se adaptar a coleta dados de modo que fosse realizada respeitando o isolamento social.

Assim, o plano de trabalho foi alterado, com manutenção dos objetivos da pesquisa e modificação da forma de coleta de dados e do público da pesquisa, viabilizando uma coleta de dados à distância. Os sujeitos da pesquisa passaram a ser estudantes de graduação de todos os campi da UFS. Além desse reposicionamento estratégico, contamos com a colaboração da equipe responsável por envio de e-mail aos estudantes, que prontamente se colocou à disposição para enviar o questionário.

Como se pode perceber, esta alteração possibilitou a conclusão do estudo, alcançando resultados muito satisfatórios e que revelam informações importantes sobre os alunos desta universidade.

1. APÊNDICES

Apêndice A. Questionário desenvolvido para coleta de dados do estudo

Conhecimento sobre o Guia Alimentar da População Brasileira

Endereço de e-mail do participante:

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Se você aceitar participar, a sua contribuição será apenas responder a esse questionário com perguntas fechadas e abertas de resposta curta. Essa pesquisa contempla quatro objetivos, alinhados ao conhecimento do Guia Alimentar para a prática do nutricionista e comportamento alimentar: a) Caracterização dos participantes; b) Conhecimento dos conceitos sobre alimentação saudável; c) Entendimento das recomendações do Guia Alimentar para População Brasileira; d) Correlação entre as escolhas alimentares e a nova classificação quanto ao grau de processamento dos alimentos. Temos uma previsão de que a participação dura, aproximadamente, 10 minutos. Participar dessa pesquisa não envolverá riscos à sua saúde. Responder ao questionário, como em qualquer pesquisa, pode te oferecer algum desconforto ou constrangimento ao fornecer informações e suas opiniões, além da possibilidade de cansaço. Fizemos o possível para reduzir esses fatores sendo breves, e você tem o direito de responder apenas as perguntas que não te causem desconforto. Garantimos que todas as informações fornecidas são sigilosas e somente serão utilizadas para esta pesquisa.

Ao clicar para a próxima página e ter acesso às perguntas, você estará concordando com a participação. "Eu concordo com os termos da pesquisa, sou maior de idade e estou ciente de que a minha participação é voluntária".

Agradecemos desde já a sua contribuição!

Questionário

1. Como você se identifica?

() Homem

() Mulher

() Outro

2. Idade do participante (apenas números)

3. Qual o Campus do seu curso?

() São Cristóvão

() Aracaju

() Laranjeiras

() Itabaiana

() Nossa Senhora da Glória

() Lagarto

4. Qual o tipo do curso?

() Bacharelado

() Licenciatura

Outro:

5. Qual é o seu curso?

6. Este é o primeiro curso de graduação que você faz?

() Sim

() Não

Outro:

7. Caso já tenha realizado outro curso de graduação, este foi na área da saúde?

() Sim

() Não

() É a minha primeira graduação

8. Você conhece ou já teve contato com o livro publicado pelo Ministério da Saúde, o Guia Alimentar para População Brasileira?

() Sim

() Não

9. Se sim, como e/ou onde você conheceu essa publicação?

10. O que você entende por alimentos "in natura" ou minimamente processados?

11. Poderia dar um exemplo desses alimentos, por favor?

12. O que você entende da orientação a seguir: "Faça dos alimentos "in natura" ou minimamente processados a base de sua alimentação"?

13. O que você entende por "alimento processado"?

14. Poderia dar um exemplo, por favor?

15. O que você entende por "alimentos ultraprocessados"?

16. Poderia dar um exemplo, por favor?